

نجاح «برجيل الطبية» في إجراء جراحة لإصلاح عمود فقري لجنين داخل رحم الأم



ماغي بو غصن: (لموت) مسلسل مكتمل العناصر



«خبز من الحمص» يمكن أن يساعدك على إنقاص الوزن

هاريسون فورد يرفض كتابة مذكراته

لسبب غريب غير متوقع.. كشف النجم هاريسون فورد للمغني الشهير إلتون جون أنه لن يكتب سيرته الذاتية. فورد طيار متحمس ويصر على أن قيادة طائرته لا تقل أهمية بالنسبة له عن التمثيل وسأل جون صاحب أغنية "Your Song" الذي أصدر مذكراته الخاصة "Me" في 2009 أسطورة "حرب النجوم": لماذا لم يكتب قصة حياته حتى الآن؟ ولم يكن المغني البالغ من العمر 76 عاماً سعيداً بواجبة فورد بأنه "لا يريد قول الحقيقة".

وذكر هاريسون لحظة إسكواير عندما تذكر الاجتماع: "قلت أنني فكرت في الأمر، لكنني قررت أنني لن أفعل ذلك، لأنني لم أرغب في قول الحقيقة". وأضاف: "رأيت خيبة الأمل على وجهه، إلتون رجل حقيقي، كما تعلم، أردت تهدئته، لذلك قلت: لكنني لم أرغب في الكذب أيضاً. لذلك هذا هو السبب في أنني لا أكتب كتاباً عن حياتي، لأنني لا أريد أن أقول الحقيقة، ولا أريد أن أكذب".

الهند تنفي التهديد بإغلاق موقع تويتر

قال جاك دورسي المؤسس المشارك في منصة تويتر للتواصل الاجتماعي إن الهند هدته بحجب المنصة ما لم تمتثل لأوامر بتقييد حسابات، وهو اتهام رفضته الحكومة الهندية ووصفته بأنه "كذب بين".

وأضاف دورسي، الذي استقال من منصب الرئيس التنفيذي لتويتر في عام 2021، أن الهند هدته بإغلاق الشركة وملاحقة موظفيها إذا لم تمتثل لطلبات السلطات بإزالة منشورات وتقييد حسابات تنتقد الحكومة بسبب احتجاجات المزارعين في عامي 2020 و 2021.

وقال دورسي في مقابلة مع برنامج (بريكينج بوينتس) الإخباري على موقع يوتيوب "تجلى ذلك بطرق مثل: سنغلق تويتر في الهند، وهي سوق كبيرة جداً بالنسبة لنا، وسنداهم منازل موظفيك، وهو ما فعلوه، ونحن نتكلم عن الهند، الدولة الديمقراطية".

هكذا يؤثر الحزن على الدماغ.. وهذه الطريقة لتقليل مخاطره



يمر الإنسان بحالات حزن في مرحلة ما بحياته، لأسباب متعددة، منها فراق أو وفاة أحد الأحباء، وهذا الحزن الناتج عن تلك الحالات يؤثر وفق العلماء على الدماغ.

وفي هذا الشأن، أوضحت الدكتورة ليزا شولمان، أخصائية الأعصاب في كلية الطب بجامعة ميريلاند، أن أدمغتنا تنظر إلى الفقد المؤلم باعتباره تهديداً لبقاءنا على قيد الحياة. وأضافت أنه "من منظور تطوري، تطورت أدمغتنا للحفاظ على بقائنا على قيد الحياة، لذا فإن أي شيء يُنظر إليه على أنه تهديد لها يؤدي إلى استجابة هائلة من الدماغ والتي يكون لها تداعيات على العديد من مناطق الجسم"، بحسب ما نقل موقع Live Science. كذلك أشارت إلى "أننا اعتدنا على التفكير في الصدمة الجسدية كتهديد، لكن الصدمة العاطفية الخطيرة لها تأثيرات مماثلة".

رد فعل افتراضي ويستجيب الدماغ للتهديدات المتصورة المختلفة بنفس الطريقة. بمعنى آخر، يكون هناك رد فعل افتراضي ناجم عن أي نوع من الصدمات العاطفية الخطيرة، سواء كان ذلك مرتبطاً بالحزن أو الطلاق أو فقدان الوظيفة أو المشاركة في القتال. وقالت الدكتورة شولمان إن "اللوزة الحية" مركز الدماغ للعواطف، في أعماق الجزء البدائي من الدماغ، تبحث دائماً عن التهديدات. عندما يتم تشغيله، فإنه يطلق سلسلة من الأحداث التي تضع الجسم بأكمله في حالة تأهب قصوى - يتسارع القلب، ويزيد معدل التنفس وتزداد الدورة الدموية للعضلات للاستعداد للمواجهة والقتال أو الفرار.

أحداث تثير الذكريات وأوضحنا أن تلك الأعراض لا تحدث قائمة بذاتها عندما يتعلق الأمر بالحزن، وإنما تمتد الأيام والأسابيع والأشهر بما يثير الذكريات التي تؤدي إلى هذه الاستجابة، مما يؤدي إلى زيادة حساسية اللوزة وإفراطها في اليقظة. كذلك أضافت أنه "يتم تقوية الدماغ البدائي على حساب الدماغ المتقدم الذي هو مقر الحكم والاستدلال. ويعمل الدماغ لوقت إضافي للاستجابة لخطر الصدمة العاطفية، ويستدعي آليات الدفاع النفسي مثل الإنكار والتفكير".

من جانبها قالت دكتورة ماري فرانسيس أوكونور، الأستاذة المساعدة في علم النفس بجامعة أريزونا، إن هناك أيضاً عنصراً تطورياً قوياً لكيفية ولماذا نتحمل الحزن.

افتقاد المتوفين وشرحت أنه "ربما يكون الحزن كرد فعل قد تطور في

إلى ذلك، نوهت دكتورة أوكونور إلى أن وفاة أحد أفراد الأسرة هي حدث نادر للغاية وترجع أن الدماغ غالباً ما يستجيب كما لو كان الشخص المحبوب مفقوداً لفترة محددة وأنه لم يرحل عن الحياة نهائياً.

وأضافت أن "الدماغ يريد أن تجد الأحباء المتوفين، ولا أو تأثير ضجة كبيرة لدرجة أنهم يأتون ليجدوننا. ولا يكون هناك وعي بالضرورة بهذه الحالة، على الرغم من أن الأشخاص التلكي غالباً ما يصفون إحساسهم بأن أحيائهم سيمرون ببساطة من الباب مرة أخرى في يوم من الأيام".

تأثير طويل الأمد وقالت دكتورة شولمان: "ينتج عن الصدمة العاطفية للحزن تغيرات عميقة في وظائف المخ بسبب الإجهاد المتكرر للاستجابة للقتال أو الفرار والمرونة العصبية، وهي إعادة تشكيل الدماغ استجابة للتجربة والتغيرات في البيئة المحيطة". بمرور الوقت، تؤدي هذه الآليات إلى تقوية مركز الخوف البدائي في الدماغ واضعاف الدماغ المتقدم القشرة الحية.

الأظافر تتألق بألوان الشوكولاته هذا الصيف

تترجع ألوان الشوكولاتة على عرش ألوان طلاء الأظافر في صيف 2023 لتضيء على الأظافر أناقة وفخامة. وأوضحت مجلة "Instyle" أن طلاء الأظافر يزدان هذا الموسم بدرجات البني الداكنة والمتباعدة ذات الطابع الدافئ المستوحاة من ألوان الشوكولاتة الداكنة والشوكولاتة بالحليب. وأضافت أن ألوان الشوكولاتة تغازل الأظافر القصيرة ومتوسطة الطول، مستديرة الشكل كانت أو ذات حواف، في حين أن الأظافر الطويلة لم تعد راجحة. وأشارت المجلة إلى أن الأظافر بألوان الشوكولاتة تبدو رائعة وجذابة مع لسة لعان نهائية، وهو ما يمكن تحقيقه بوضع طبقة من الطلاء النهائي الشفاف عليها، وأوضحت المجلة أن الأظافر بهذه الألوان تتناغم مع الملابس، باللون الأبيض أو الكريمي، وتعطي مظهراً عصرياً مع الجينز. وبالإضافة إلى ذلك، تبدو هذه الأظافر أكثر طبيعية عند تنسيقها مع ملابس من الكتان.

قبرص تعاقب مزارعاً تسبب بأضخم حريق

قررت محكمة جنائية في قبرص الحكم بالسجن 8 سنوات على مزارع تسبب بما وصفته "أكبر أسوأ" حريق غابات في تاريخ الجزيرة. وأودى الحريق بحياة أربعة عمال يحملون الجنسية المصرية، وأسفر عن أضرار تجاوزت قيمتها 15 مليون يورو. وأدين المزارع (69 عاماً) من قبل المحكمة الجنائية بتهمته إشعال النار "بشكل خبيث ومتهور"، وذلك أثناء محاولته حرق "كومة قش". لكن الحريق سرعان ما توسع وأتى على مساحات كبيرة؛ بسبب قوة الرياح ودرجة الحرارة التي تجاوزت 40 مئوية.



النوبة القلبية تقاوم شيخوخة الذاكرة

وجدت دراسة واسعة النطاق أن كبار السن الذين يعانون من نوبة قلبية لديهم معدل أسرع من التدهور المعرفي، خلال السنوات التالية للإصابة. وينجو معظم المصابين بالنوبات القلبية خلال السنوات الأخيرة، وتعتبر 12% فقط من النوبات قاتلة، وفق "ميدكال نيوز توداي". ودرس فريق البحث حالة 30 ألف شخص متوسط أعمارهم 64 عاماً، وخلال فترة متابعة استمرت بين 5 أعوام و 19 عاماً أصيب 1033 مشاركاً بنوبة قلبية واحدة على الأقل. وأجرى الباحثون من جامعة جون هوبكنز تقييماً معرفياً واحداً أو أكثر مع جميع المشاركين في بداية الدراسة، مع تقييمات إضافية بعد النوبات القلبية. وتضمن التقييم: سرعة معالجة المعلومات، والحالة العقلية العامة، واللغة، والقدرة البصرية المكانية، والقدرة الذاكرة، والقدرة على التعلم واسترجاع المعلومات.

بنطلون القماش المقلد نجم صيف 2023

يمثل بنطلون القماش المقلد نجم الموسم النسائية في صيف 2023 ليمتد المرأة إطلالة كلاسيكية تنطق بالأناقة والفخامة، فضلاً عن الإحساس بالراحة. وأوضحت مجلة "Instyle" أنه مناسب لتقصيرة القامة، حيث يجعل السيقان تبدو أطول بصرياً، كما أنه مناسب لشدات السيقان الممتلئة، إذ يجعلها تبدو أكثر نحافة. وأضافت المجلة أنه يزدان بتقليمات نحيفة أو عريضة، وأنه يطل هذا الموسم بتصاميم متنوعة، أبرزها بإزرق فاتح مع تقليمات بيضاء، أو فاتح بتقليمات داكنة. ولإطلالة أكثر جرأة وتحسراً، يطل البنطلون المقلد بطول يصل إلى الركبة يمنحه طابعاً صيفياً عصرياً يكسر حدة طابعه الكلاسيكي. وعن كيفية تنسيقه أوضحت أنه يتناغم مع القطع الكلاسيكية مثل البلوزة بقصة المقيص، والتي تؤكد طابعه الأنيق.



منوعات الفكر 22

ضمن أجندة الاستدامة 2023

جامعة الإمارات تقوّل 7 مشاريع بحثية عن التغير المناخي



وتحفيز أفراد المجتمع وتشجيعهم على دعم جهود الاستدامة الوطنية من خلال البحث العلمي وتمكين العنصر البشري الإماراتي في مساهمته البحثية لهذه التحديات العلمية. وقد أكد الدكتور أحمد علي مراد، النائب المشارك للبحث العلمي في جامعة الإمارات بأن الجامعة تعمل على التركيز على المجالات البحثية ذات الصلة بالتغير المناخي والمحافظة على البيئة وتعزيز الاستدامة والمحافظة على الموارد الطبيعية، وتمويل المشاريع البحثية المتكبرة ذات الأثر المجتمعي التي تصبّ في هذا المجال دعماً للرؤية الوطنية وتحقيقاً للمستهدفات الوطنية في تحقيق أهداف التنمية المستدامة. وأضاف أن الجامعة تعمل على تعزيز التزامها بقضايا الاستدامة من خلال مجموعة من المبادرات من بينها تمويل

العين - الفجر:

انطلاقاً من إعلان صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان، رئيس الدولة "حفظه الله"، بأن يكون عام 2023 عاماً للاستدامة وتماشياً مع المبادرة الاستراتيجية لدولة الإمارات للحد من التغير المناخي وذلك لتحقيق خفض الانبعاثات والحياد المناخي بحلول عام 2050، وحرصاً من جامعة الإمارات على تعزيز الجهود الوطنية قبل مؤتمر الأطراف في اتفاقية الأمم المتحدة بشأن تغير المناخ (COP28) والمزمع إقامته في دولة الإمارات العربية المتحدة في الفترة من 30 نوفمبر إلى 12 ديسمبر 2023، عملت جامعة الإمارات العربية المتحدة على تعزيز التزامها بقضايا الاستدامة والتغير المناخي

نجاح «برجيل الطبية» في إجراء جراحة لإصلاح عمود فقري لجنين داخل رحم الأم



مستشفى الأطفال في فيلادلفيا (CHOP)، قلت جراحة السنسة المشقوقة من الحاجة إلى عملية وضع أنبوب من المخ إلى البطن لتصريف كل السوائل ومنع تلف الدماغ بمجرد ولادة الطفل، فلو تم إجراء الجراحة التصحيحية بعد الولادة، فقد تزيد من خطر حدوث استسقاء الرأس، حيث يتراكم الكثير من السوائل في الدماغ ويمكن أن يؤدي إلى تفاقم تلف الأعصاب بسبب التغيرات في السائل الأمنيوسي أثناء الحمل، لافتاً إلى أن مركز كيبورس نيوكولايدس لعلاج الأجنة في مدينة برجيل الطبية، مجهز جيداً لأداء رعاية الأمومة والولادة عالية الخطورة بسلاسة، حيث تدعم وحدات الرعاية المعقدة في المستشفى المركز من خلال تقديم خدمات طبية أخرى لساعدة المرضى على التعافي بعد الولادة، كإعادة تأهيل طويلة الأمد وجراحة الأعصاب وجراحة العظام وغيرها من عروض الرعاية المعقدة لتوفير الدعم في الوقت المناسب للأطفال والعائلات في جميع أنحاء المنطقة.

ما منحنا أملاً بأن يحيا طفلاً بعد الولادة حياة طبيعية خالية من المعاناة". وفقاً للدكتور سينغ، فإن إصلاح السنسة المشقوقة لا يعتبر علاجاً نهائياً، لكنه يمكن أن يحدث فرقاً كبيراً في حياة الطفل بعد الولادة، حيث يقلل إصلاح السنسة المشقوقة داخل الرحم من فقدان الوظائف الحركية للأطراف لاحقاً ويحسن النتائج، فيما يحتاج هؤلاء الأطفال بعد الولادة لرعاية إضافية، والخضوع للعلاج الطبي والتأهيلي وجميع التقييمات الطبية الأخرى لضمان سلامة الطفل، مشيراً إلى أنه اعتماداً على شدة الحالة، يتعرض الطفل المصاب بالسنسة المشقوقة لخطر الإصابة بمجموعة من المضاعفات تبدأ من مشاكل العظام وتصل إلى مشكلات صحية أخرى كالتحكم في الأمعاء والمثانة. وأكد سينغ أن التدخل المبكر من خلال جراحة الجنين يحسن النتائج عند الأطفال، وبحسب دراسة أجرتها

قبل جراح الأعصاب، ثم تستخدم رقيقة صناعية لتغطية الخلل، بعد ذلك يتم غرس السائل الأمنيوسي مرة أخرى في التجويف ويتم إغلاق الرحم مرة أخرى، يبقى الطفل في الرحم لبقية فترة الحمل ويتم ولادة الطفل عبر عملية قيصرية في الأسبوع 37 من الحمل". وأوضح أن حالة الأم وجنينها مستقرة، ومن المتوقع أن تضع طفلها في مدينة برجيل الطبية، أغسطس المقبل، فيما سيقوم الفريق المتخصص من الأطباء حديثي الولادة وأطباء المسالك البولية للأطفال وفريق جراحة عظام الأطفال وإعادة التأهيل، بمتابعة الطفل عند ولادته وتقديم الرعاية الطبية المطلوبة له لاحقاً. وقالت والدة الطفل: "لقد تفاجأت بعد أن أظهر الفحص الروتيني لمدة 20 أسبوعاً أن الحبل الشوكي لطفلتنا لم يتشكل بشكل صحيح، وبعد بحث عن أماكن متخصصة للعلاج قررنا السفر إلى أبو ظبي لإجراء العملية باعتبار أن الخدمات الصحية التي تقدم في منشأتها عالمية المستوى،

25-19 أسبوعاً من الحمل، على علاج هذا الخلل في العمود الفقري، وبالتالي تقديم نتائج أفضل للأطفال. فعمود الفقري، وبعدها منظمة الصحة العالمية يصاب طفل واحد لكل 1000 حالة حول العالم بالسنسة المشقوقة. وشارك في العملية 10 أطباء ضمن الفريق الطبي متعدد التخصصات، بقيادة د.مانديب سينغ استشاري طب الجنين والتوليد في مدينة برجيل الطبية والرئيس التنفيذي لبرجيل، وضام الفريق الطبي الزائر د.موريسيو هيريرا استشاري طب الأجنة، ود. عصام الجمل استشاري جراحة المخ والأعصاب، ود. راجاسيخار سينجاباجو أخصائي جراحة الأطفال، ود. رامامورثي باسكاران استشاري التخدير، ود. إيفيانو أوسويتا استشاري طب حديثي الولادة، وقال الدكتور مانديب سينغ: "خلال الجراحة المعقدة لإصلاح العمود الفقري للجنين، يتم إجراء شق صغير في الرحم ويتم إغلاق عيب السنسة المشقوقة من

نجاح أطباء مركز كيبورس نيوكولايدس لطلب وعلاج الجنين التابع لمدينة برجيل الطبية بأبو ظبي، في إجراء جراحة معقدة ودقيقة لعمود فقري لجنين في رحم سيدة قدمت من كولومبيا لإصلاح السنسة المشقوقة لجنينها البالغ 24 أسبوعاً (الشهر السادس من الحمل)، حيث يُجنب التدخل الجيني، الأطفال من حدوث تشوهات خلقية بعد الولادة. وتعرف السنسة المشقوقة، بأنها عيب خلقي يحدث عندما لا تتشكل عظام العمود الفقري وهذا يؤدي إلى ترك الحبل الشوكي معرضاً للسائل الأمنيوسي، مما يؤدي إلى إعاقة دائمة، ومن الممكن أن تؤدي هذه الحالة في كثير من الأحيان إلى فقدان دائم للتحكم في الأمعاء والمثانة البولية، أو التشلل أو ضعف عضلات الأطراف السفلية، فيما يساعد التدخل الطبي الذي يتم إجراؤه في الشهر السادس بين

أبو ظبي - الفجر:

خالد الظنحاني يتسلم جائزة القائد الثقافي العربي الملم 2023 في المغرب

وطني. كما أن ترك بصمة ثقافية للإمارات على الصعيد العربي والعالمي من خلال ما تقدمه لنا القيادة الرشيدة للدولة من دعم متواصل، هو ما يمنحنا زخماً كبيراً من الطموح والمنافسة والتفرد الدولي، فشكلت دولة الإمارات".

يشار إلى أن الظنحاني نال العديد من الألقاب والجوائز العربية والدولية، حيث حصل العام الماضي على وسام التنمية الثقافية من اتحاد الجامعات المسيكية بالمسيك، كما اختارته "الشبكة الإقليمية للمسؤولية الاجتماعية" ضمن قائمة أبرز 100 شخصية عربية الأكثر تأثيراً في مجال المسؤولية الاجتماعية لعام 2020، وحصل على لقب "أفضل شخصية إبداعية مؤثرة" لعام 2019 ضمن قائمة المئة الأكثر تأثيراً على مستوى الوطن العربي والعالم التي تصدرها مجموعة من المؤسسات التابعة لمنظمة الأمم المتحدة.



أبدل كل جهدي من أجل عالمية الثقافة الإماراتية، من خلال النقل الإبداعي للتراث الوطني والثقافة الإماراتية إلى محيطنا العربي، وقد أخذت على عاتقي مسؤولية إيصال الصوت الثقافي الإماراتي إلى كل أرجاء العالم".

والفنانين والإعلاميين من مختلف الدول العربية. وفي كلمته التي ألقاها بالمناسبة، قال الظنحاني: "يسرني كمنقذ إماراتي أن أحمل في وجداني هم الثقافة المحلية والعربية ومنحها طابعاً عالمياً بين الأمم، وإنني

مكناس. الفجيرة- الفجر:

التوعية بسبب الانتشار الواسع للألعاب على مختلف الأجهزة والأنظمة، ولما تحتويه هذه الألعاب من رسائل تعليمية في قالب ممتع للصغار والكبار. وحققت الألعاب الرقمية لشركة دبي العديد من الجوائز المحلية والعالمية، منها: جائزة المنظمة الدولية لقادة الشرطة IACP في فئة التميز في استخدام التكنولوجيا في دعم مبادرات المجتمع، وجائزة الاتحاد الدولي للعلاقات العامة في فئة المسؤولية المجتمعية للمؤسسات، وجائزة أفضل فكرة إبداعية من مجموعة دبي للجوهر، وذكر العقيد د. منصور ناصر الرزوقي، مدير مركز التكنولوجيا الافتراضية، بأن هذه الألعاب تم تطويرها داخلياً من قبل موظفي شرطة دبي، وتهدف لنشرها عالمياً، من خلال توفيرها بعدد 16 لغة وهي الإنجليزية والعربية والروسية والألمانية والإيطالية والأسبانية والتركية والفرنسية واليابانية والكورية والصينية والهندية والفيتنامية والدنماركية والبولندية والإندونيسية.

عدد مرات التحميل

وأضاف "عدد مرات تحميل ألعاب شرطة دبي في الإمارات بلغ مليوناً و658 ألفاً و386 تحميل، وفي السعودية 4 ملايين و128 ألفاً و723 تحميل، وفي روسيا 622 ألفاً و629 تحميل، وفي أمريكا 4 ملايين و51 ألفاً و493 تحميل، وفي تركيا مليوناً و490 ألفاً و607 تحميل، وفي البرازيل 4 ملايين و357 ألفاً و148 تحميل، وفي الهند مليوناً و717 ألفاً و850 تحميل، وفي المكسيك مليوناً و533 ألفاً و354 تحميل.

أكثر من 400 مليون مشاهدة عبر مختلف المواقع والمنصات 50 مليون تحميل لألعاب شرطة دبي الرقمية على مستوى العالم

دبي- الفجر:

صرح اللواء خالد ناصر الرزوقي مدير الإدارة العامة للذكاء الاصطناعي في شرطة دبي، أن الألعاب الرقمية المطورة من قبل شرطة دبي حققت أرقاماً ممتازة ومتقدمة منذ إنطلاقها، حيث تجاوز عدد مرات تحميل الألعاب على مستوى العالم الـ 50 مليون تحميل، واحتلت الألعاب المركز الأول في 120 دولة في "فئة الألعاب التعليمية". وأكد اللواء الرزوقي أن القيادة العامة لشرطة دبي، وبوجيهات من معالي الفريق عبدالله خليفة المري، القائد العام لشرطة دبي، أطلقت العديد من المبادرات ضمن مسؤوليتها المجتمعية، الهادفة لتعزيز روح المبادرة لشؤون التطبيقات الذكية، أن القيادة العامة لشرطة دبي لإسعاد المواطنين والقيمين بمختلف فئاتهم، لا سيما الشباب والأطفال، وأن مبادرة الألعاب الرقمية التي أطلقتها القيادة العامة لشرطة دبي منذ 2014م تساهم في تحقيق أهداف الاستراتيجية الوطنية لجودة الحياة 2031، ببناء مجتمعات رقمية آمنة هادفة، وتحسين جودة الحياة الرقمية، وتشجيع المجتمعات الرقمية الإيجابية. ومن جانبه، أكد العقيد مهندس حسين أحمد بن غليظة، نائب مدير الإدارة العامة للذكاء الاصطناعي دبي طورت مجموعة من الألعاب الرقمية التوعوية والترفيهية المرتكزة على الثقافة المجتمعية والتاريخية لدولة الإمارات العربية المتحدة، من أجل تعزيز الهوية الوطنية وغرس الولاء والانتماء لدولة الإمارات، والتي تعد من أفضل السبل والوسائل للمساهمة في نشر

منوعات الغذاء

23

يتجنب العديد من أخصائيي الحميات الغذائية الخبز بسبب ارتفاع مستويات الكربوهيدرات فيه وبالتالي السكريات.

لكن الباحثين يدعون الآن أنهم صنعوا رغيفا يمكن نظريا أن يساعد الناس على إنقاص الوزن - عن طريق خداع الجسم للشعور بالامتلاء. فقد صنعوا دقيقا مشتقا من الحمص الذي، عند تناوله على شكل لفائف خبز مع المربي، جعل الناس يشعرون بالرضا أكثر مما فعلوا بعد تناول فطيرة عادية.



عن طريق خداعك للشعور بالشبع

«خبز من الحمص» يمكن أن يساعدك على إنقاص الوزن



الخبز المخبوز بدقيق الحمص الخاص لديهم مستويات أعلى من هرمونات الشبع في الدم. وقال الباحثون إن هذه الإشارات ترسل إشارات من القناة الهضمية إلى الدماغ تجعل الناس يشعرون بالشبع، ما يعني أن المشاركين شعروا بجوع أقل بعد تناول الخبز المخبز بالحمص. وقال الفريق إن النتائج تشير إلى أنه إذا قام مصنعو المواد الغذائية بإجراء "التبديل البسيط" إلى مزيج الحمص الخلوي، فإن الناس سيشعرون بجوع أقل، ما قد يساعد بدوره على تجنب الإفراط في تناول الطعام - ما يقلل من خطر الإصابة بالسمنة. علاوة على الآثار الجانبية المحتملة على الوزن، فإن الخبز الذي يحتوي على 30% من دقيق الحمص الخلوي أدى إلى خفض مستويات السكر في الدم بنسبة تصل إلى 40%. مقارنة بالخبز العادي. وقال الباحثون إن هذا يرجع إلى تآكل لهم مع مربي الفراولة والسكر وكوب من الماء، في ثلاثة أيام مختلفة بعد صيام لمدة 12 ساعة. وتم أخذ عينة دم واحدة قبل تناول الوجبة، تليها ثمانية عينات أخرى في الأربع ساعات بعد تناول الوجبة. وتم اختبار المشاركين على مستويات الجوع قبل وبعد تناول الخبز. لكنهم لم يعلقوا على طعمها. وأظهرت النتائج، التي نُشرت في المجلة الأمريكية للتغذية السريرية، أن أولئك الذين تناولوا



ويعتقد العلماء أن تبديل المرء دقيق القمح بدقيق الحمص يمكن أن يحد من الإفراط في تناول الطعام ويقلل في النهاية من السمنة. ومع ذلك، يحذر الخبراء من أن مبادلة الدقيق البسيطة وحدها لن تكون كافية - لأن الحفاظ على النشاط واتباع نظام غذائي صحي شامل ضروريان لصحة أفضل على المدى الطويل. وقام باحثون من معهد كوادرام، وهو مركز لأبحاث الغذاء والصحة في نورويتش، وكينغز كوليدج لندن، بصنع الخبز باستخدام "دقيق الحمص الخلوي" بدلا من دقيق القمح العادي. وهذه الدراسة هي الأولى من نوعها لفحص المكون الجديد، الذي صنعه شركة PulseON Foods - أنشأها معهد Quadram. ويتضمن الدقيق الحديث المصنوع من الحمص والعدس والفاصوليا، الطحن التقليدي الذي يكسر الهياكل الليفيّة الرئيسية للفوائد الصحية للبقول. لكن دقيق الحمص المستخدم في الدراسة تم من خلال طريقة طحن جديدة تحافظ على بنية الألياف للبقول. ويقول العلماء إن هذا يوفر طريقة جديدة لإثراء الأطعمة القائمة على الدقيق بوفوائد غذائية إضافية. وأرادوا معرفة ما إذا كانت هذه المقايضة تجعل الناس يشعرون بمزيد من الرضا وكان لها أي



الكشف عن مادة موجودة في القنب تثبط نوبات الصرع

تقوم المادة غير المخدرة CBD، الموجودة في الكتلة الحيوية للقنب، بقمع نوبات الصرع عن طريق منع عمل جزيء LPI المسؤول عن إطلاق إشارات مثيرة في النهايات العصبية.

بصفته مركزا في الذاكرة دماغ الثدييات، يلعب دورا مهما في تطور النوبات. واستوضح العلماء أن جزيئات CBD أثرت على نقاط الاشتباك العصبي، وهي النهايات العصبية لأنواع معينة من الخلايا العصبية، مما تسبب في إنتاج إشارات أقل إشارة بشكل ملحوظ. وأظهرت التجارب اللاحقة أن سبب ذلك يكمن في أن مستخلص القنب اتصل بجزيء LPI، والذي يُفترض أنه مسؤول عن إطلاق إشارات مثيرة داخل المشابك. وتؤكد الباحثون من صحة تلك الفرضية عن طريق إجراء سلسلة جديدة من التجارب التي قاموا فيها بحقن كميات كبيرة من جزيء LPI في المشابك وأوقفوا أيضا المستقبل العصبي GPR55، الذي يتعرف على هذا الجزيء. وأظهرت التجارب أن وجود فائض من جزيء LPI يعزز إثارة النوبات، في حين أن إيقاف تشغيل مستقبلات GPR55 أو قمع جزيء LPI باستخدام مستخلص القنب يحمي دماغ القوارض من الصرع.

مختلفة من الصرع. وفي حوالي 70% من الحالات، يتمكن الأطباء من قمع المرض بالأدوية، ولكن في بعض الأحيان لا يمكن علاج الصرع، ما يجبرهم على اتخاذ تدابير أكثر صرامة، بما في ذلك زرع أقطاب كهربائية أو إتلاف الجزء من الدماغ حيث توجد بؤرة الصرع. كان الأطباء يناقشون نشاط في الأعمار الأخيرة الماضية إمكانية استخدام مستخلصات القنب لعلاج أشكال الصرع الحادة التي لا تتأثر بعمل الأدوية الموجودة. وأظهرت التجارب على الحيوانات والمتطوعين أن المادة غير المخدرة CBD، الموجودة في الكتلة الحيوية للقنب، قادرة على قمع نشاط الصرع، لكن آليات عملها لم تكن معروفة للعلماء حتى الآن. وحصل البروفيسور تشيان وزملاؤه في البداية على مثل هذه المعلومات في إطار سلسلة من التجارب على الفئران والجردان، والتي تسبب فيها العلماء بشكل مصطنع في نوبات صرع وحاووا قمعها باستخدام مستخلص القنب. وخلال هذه التجارب، تتبع الباحثون التغيرات في عمل الخلايا العصبية في الحصين،

فقد استوضح علماء الأحياء الجزيئية الأمريكيون والبريطانيون أن المادة غير المخدرة CBD، الموجودة في الكتلة الحيوية للقنب، تثبط نوبات الصرع عن طريق منع عمل جزيء LPI، المسؤول عن إطلاق إشارات مثيرة في النهايات العصبية. أعلنت ذلك مؤخرا الخدمة الصحية لكلية الطب بجامعة نيويورك. وتقتل الخدمة الصحية عن ريتشارد كيان، الأستاذ بجامعة نيويورك قوله "إن نتائج تجاربنا عمقت فهم علماء الفسيولوجيا العصبية كيفية ظهور نوبات الصرع، وبالإضافة إلى ذلك، لم تتمكن من الكشف عن آلية تأثير CBD على المشابك العصبية، فحسب بل وفهمنا كيفية الحفاظ على التوازن بين سلاسل الخلايا المختلفة". وأضاف إن الإخلال بهذا التوازن لا يعتبر صفة مميزة للصرع، فحسب بل وأمراض أخرى، بما في ذلك التوحد والفصام. وفقا لمنظمة الصحة العالمية، فإن حوالي 50 مليون شخص على وجه الأرض يعانون من أشكال





منوعات الفكر

26

مستقبل الصحافة الورقية في ندوة الثقافة والعلوم

•• دبي - د. محمود علياء

والإنسان طرح وأخذ الكثير من الجدل والنقاش منذ زمن، وكان هناك نقاش بين الفلاسفة والأدباء بين مفهومي اليوتوبيا وهي استخدام الإنسان للتكنولوجيا في القضاء على الفقر والمرض والفساد وغيرها، والآخر الدستوبيا ويعني إما سيطرة الآلة على البشر، أو تستطيع قوى شريرة استخدام التكنولوجيا للسيطرة على البشر، وكانت هذه رؤى استخدام التكنولوجيا، ونحن في الوقت الحالي بين هاتين الرؤيتين. وبالنسبة للصحافة الورقية فهي تدريجياً في طور الانحسار وهناك بديل لها فهناك الراديو والتلفزيون مستمرين ولهم قوانين تنظم عملهم وحتى الصحافة وسائل الإعلام، ولكن الإعلام الحديثة ومحاولة مواكبة الإعلام التقليدي للمستجدات التقنية والصمود أمام التحديات من خلال المحتوى المميز والتأهيل التقني للإعلاميين وتدريب الكوادر الجديدة وسن القوانين المناسبة.

ويستحق المتابعة تابعوه بشغف فروعية المحتوى هو فيفضل المتابعة، ومع الأسف الشباب العربي لا يجد في الصحيفة المحتوى المميز لتابعته. وعن استمرار الصحافة الورقية ذكر أن الصحف الحكومية في مأمن في الوقت الحالي، ولكن الصحف الخاصة تعاني وسيكون هناك إغلاقات مستقبلية، وعليه لابد من تأهيل وتدريب الصحفيين لإنتاج محتوى يناسب النسخة الإلكترونية ومختلف المنصات الإعلامية. وأكد طهبوب أن الذهاب إلى المستقبل يتطلب تغيير كامل في نمط التعااطي مع المحتوى، فما يصلح للنسخة الورقية لا يصلح للإلكترونية، وما يصلح للنسخة الإلكترونية لا يصلح للمنصات. وعن وضع الصحافة العربية تقنياً أكد د. أحمد المنصوري أن التحولات التكنولوجية التي طرأت في السنوات الأخيرة لم تكن مفاجئة، فمفرد دخول الإنترنت هناك توقع بإحداث تغييرات نوعية في سلوك المستهلك، وهناك كثير من المؤسسات الإعلامية الغربية التي استطاعت التكيف مع هذه التغييرات واستطاعت أن تحدث تواجد لدى جمهور القراء، ولكن في الصحافة العربية التطور بطيء ولم تستطع الصحافة العربية مواكبة التطورات التقنية، حتى أصبحت وسائل التواصل الاجتماعي المصدر الرئيسي للأخبار، وبرزت ظاهرة الصحافي المواطن أو المؤثر الذي ينتج محتوى إعلامي ويخلق جماهيرية. وأضاف المنصوري أن المؤسسات الإعلامية العربية لم تستطع الارتقاء بمحتواها الإعلامي لدرجة تحافظ على جمهورها، أو أن تستقطب

المحتوى على دفع مقابل استخدام الأخبار والعناوين فيها، ولكن هناك الكثير من المؤسسات تعاني تعثر في الاستمرارية الورقية. وأكد طهبوب أن هناك عزوف من القراء عن الأخبار المحيطة من حروب وأوبئة وكوارث، ما أثر على متابعة الأخبار في مختلف وسائل الإعلام ومنح مجال أوسع للمنصات ووسائل التواصل الاجتماعي المستقلة للتفرد، إلا أن هذه المنصات بينها متغيرات كبيرة بسبب اتجاه جيل الشباب نحو التيك توك والانسجرام واليوتيوب، وهبوط كبير في متابعة ودخل التويتير والفيسبوك. وأشار طهبوب إلى أهمية موازنة المؤسسات الصحفية بين النسخة الورقية والنسخة الإلكترونية والتي لابد أن يكون لها بتويب خاص وتتضمن جميع المنصات حتى تحافظ على متابعين بنسب كبيرة، وأكد أن أي مؤسسة إعلامية لا ترضخ للتكنولوجيا الرقمية وتطبيقاتها في حساباتها سيكون مصيرها إلى الإغلاق، بسبب شح الإعلانات وارتفاع تكاليف الورق وانحسار وتراجع التوزيع، وما سينتد المطبوعة الورقية هو الخوض إلى المطبوعة الرقمية والمحتوى المميز. وذكر طهبوب أن معرفة مستقبل الصحافة الورقية لابد من عمل دراسات حول الاتجاهات القرائية لدى الشباب باعتبارهم المستقبل والغالبية العظمى من المجتمع، كثير من الشباب وصغار السن يعزفون عن قراءة الصحف الورقية ويعتمدون على المنصات، وإذا تواجد محتوى

الصحافة الإماراتية متقدمة تقنياً على سائر الصحافة العربية؟ وتساءل الهاملي هل الوضع الراهن سيؤدي إلى المزيد من تخلي الصحافة الإماراتية عن الإصدار الورقي، وقد كانت هناك تجارب لدى بعض الصحف في توقف الصدور في نهاية الأسبوع والاكتفاء بالإصدار الرقمي، فهل هذا بسبب هيمنة وسائل التواصل وقلبيها لمفاهيم الصحافة الورقية؟ وهل الصحافة الرقمية موجودة على مناهج كليات الإعلام؟ وذكر غسان طهبوب أن موضوع النقاش متحرك وليس ساكن، لأن التكنولوجيا التي تقود تغيير وتطور كل يوم، وتستجد تقنيات جديدة يومياً، وتأخذ وقت في البحث والتجارب، والإعلام الورقي في أزمة حقيقية لأن التكنولوجيا أتاحت للقارئ ما لم يكن متاحاً من قبل، ما أتاح للقارئ ميزة بمثابة زلزال لكل وسائل الإعلام المرئية والمسموعة، ويتضح ذلك في الدول المتقدمة بشكل خاص لأنها الأسرع في النفاذ للشبكة الإلكترونية، ما تسبب في خروج كثير من المطبوعات من سوق النشر والإعلام، وبعض المطبوعات استطاعت الدمج بين الإلكتروني والورقي، والبعض الآخر تفوق في رفع نسبة الاشتراكات الإلكترونية إلى أرقام غير مسبوقة من خلال اعتماد مقاربات شمولية لا يكون أساسها النسخة الورقية، ولكنها تأخذ في الاعتبار متطلبات النفاذ عبر مختلف المنصات. وأضاف طهبوب أن بعض المؤسسات الإعلامية الكبرى في الغرب نجحت في إيجار مستخدمي

نظمت ندوة الثقافة والعلوم جلسة نقاشية بعنوان "الصحافة الورقية وتقنيات الإعلام الحديث" بمشاركة الإعلامي غسان طهبوب و د. أحمد المنصوري رئيس قسم الإعلام والصناعات الإبداعية في جامعة الإمارات، وحضور معالي محمد المر رئيس مجلس أمناء مكتبة محمد بن راشد وعلي عبيد الهاملي نائب رئيس مجلس إدارة الندوة و د. صلاح القاسم المدير الإداري و د. ربيعة غباش و د. حصة لوتوا، والإعلامي محمد المزعل ولفيف من الإعلاميين والمهتمين. استهل الندوة علي عبيد الهاملي متسائلاً عن مستقبل الصحافة الورقية، وما هو واقعها والماور منها في المستقبل؟ وأضاف الهاملي أن هناك بعض الظواهر التي تسبب نوع من القلق للعاملين في مجال الصحافة، وتحاول الندوة أن تلقي الضوء على بعض هذه الظواهر، وتستشرف مستقبل الصحافة في ظلها. وأكد الهاملي أن المشهد يبعث على القلق فهناك وسائل تواصل اجتماعي تفرض نفسها في الساحة الإعلامية، وهناك عديد من الأزمات منها أزمة الورق، والأزمات الاقتصادية وأزمات صحية وغيرها، هناك مشهد عام بكل مكوناته يضع الصحافة الورقية في موقع خطير، فما هو وضع الصحافة الورقية في ظل المتغيرات المستجدة، وإلى أين نحن ذاهبون؟ وهل

لتوطيد الروابط والشراكات الأكاديمية مع المؤسسات التعليمية في دول وسط آسيا

«مجمع اللغة العربية» يبحث سبل التعاون مع «جامعة الفارابي الوطنية» في كازاخستان

• جانسييت توينيباييف: الترجمة تسهم بتعزيز الحوار والتبادل الثقافي والعلمي والمعرفي

• امحمد صافي المستغامي: المبادرة نواة للتعاون والعمل المشترك الذي يعزز الشراكات المعرفية

• محمد كامل المعيني: المبادرات المشتركة توطد علاقات الصداقة والأخوة بين الجانبين

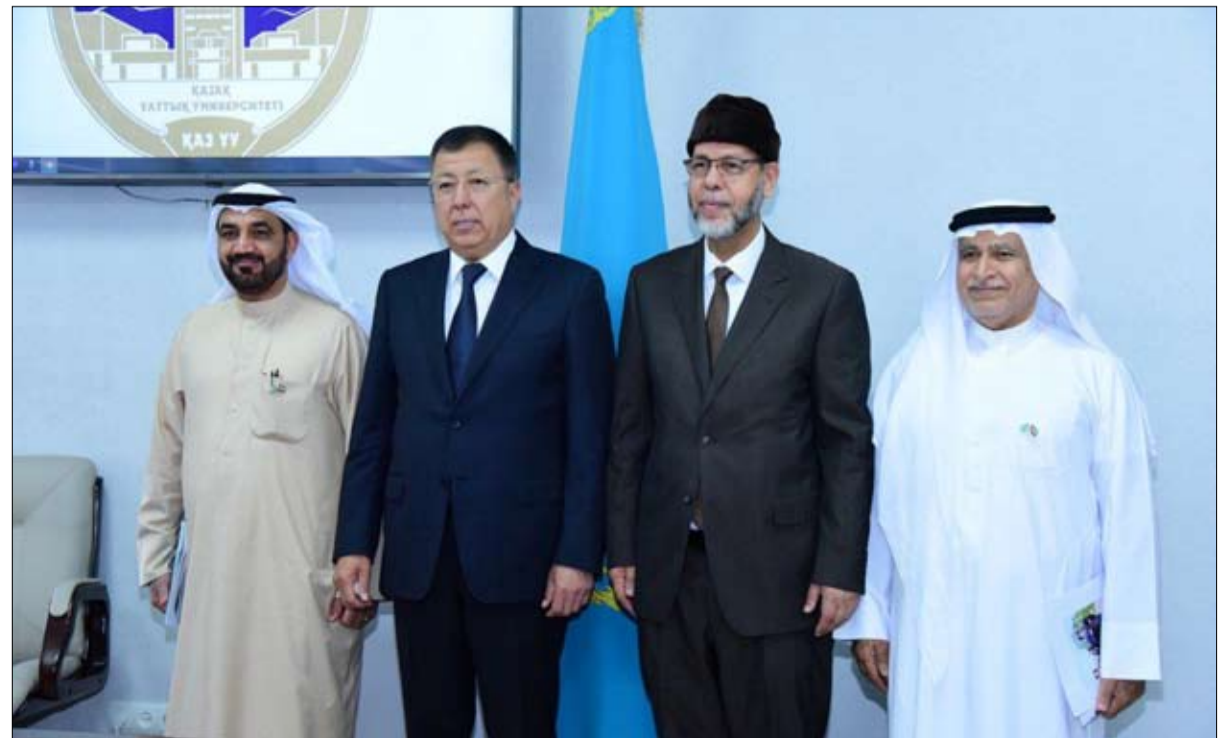
متخصصين يتقنون اللغة العربية إلى الشراكة التعاون بين (مجمع اللغة العربية) و(جامعة الفارابي الوطنية في كازاخستان)، وبحث سبل إجراء تدريب للطلاب الكازاخيين في الشراكة.. محمد كامل المعيني: المبادرات المشتركة توطد علاقات الصداقة والأخوة بين الجانبين من جانبه، أكد الدكتور محمد كامل المعيني، رئيس مجلس إدارة المعهد الدولي للدراسات اللغوية والثقافية في الإمارات، أهمية المبادرات التي يطلقها المعهد بالتعاون مع مجمع اللغة العربية بالشراكة لدعم تعليم اللغة العربية لغير الناطقين بها، وتوطيد علاقات الصداقة والأخوة الراضية بين الإمارات وكازاخستان. جانسييت توينيباييف: الترجمة تسهم بتعزيز الحوار والتبادل الثقافي والعلمي والمعرفي بدوره، رحب الدكتور جانسييت توينيباييف، رئيس جامعة الفارابي الوطنية، بالوفد الإماراتي، مؤكداً أهمية برامج تبادل الأساتذة والعلميين والطلبة، وتنظيم مؤتمرات وندوات ولقاءات مشتركة بين الجانبين، موجهاً الدعوة للمتخصصين في اللغتين العربية لزيارة كازاخستان، وأشار بأنه سيردس إرسال

و سحرص على اتخاذ إجراءات عملية في إطار التعاون بين (مجمع اللغة العربية) و(جامعة الفارابي الوطنية في كازاخستان)، وبحث سبل إجراء تدريب للطلاب الكازاخيين في الشراكة.. محمد كامل المعيني: المبادرات المشتركة توطد علاقات الصداقة والأخوة بين الجانبين من جانبه، أكد الدكتور محمد كامل المعيني، رئيس مجلس إدارة المعهد الدولي للدراسات اللغوية والثقافية في الإمارات، أهمية المبادرات التي يطلقها المعهد بالتعاون مع مجمع اللغة العربية بالشراكة لدعم تعليم اللغة العربية لغير الناطقين بها، وتوطيد علاقات الصداقة والأخوة الراضية بين الإمارات وكازاخستان. جانسييت توينيباييف: الترجمة تسهم بتعزيز الحوار والتبادل الثقافي والعلمي والمعرفي بدوره، رحب الدكتور جانسييت توينيباييف، رئيس جامعة الفارابي الوطنية، بالوفد الإماراتي، مؤكداً أهمية برامج تبادل الأساتذة والعلميين والطلبة، وتنظيم مؤتمرات وندوات ولقاءات مشتركة بين الجانبين، موجهاً الدعوة للمتخصصين في اللغتين العربية لزيارة كازاخستان، وأشار بأنه سيردس إرسال



الإمارة ومجمع اللغة العربية في إطلاق مشروع "المجم التاريخي للغة العربية" وأهميته في تعزيز التواصل الثقافي والحضاري بين الشعوب وتيسير تعليم اللغة العربية للناطقين بغيرها. وأطلع أعضاء الوفد على "مكتبة الفارابي" الحافلة بشتى الكتب والمصادر المعرفية والعلمية بعدد من اللغات العالية، إلى جانب مجموعة كبيرة من المخطوطات العربية، وغيرها من الكتب في مختلف اللغات الأجنبية، وزار وفد المجمع "المتحف الوطني" في كازاخستان الذي يضم قطعاً من أعظم مقتنيات التراث الكازاخي الذي يعكس تاريخ هذه الدولة التي شكلت الحضارة الإسلامية ملامح ماضيها وحاضرها. امحمد صافي المستغامي: المبادرة نواة للتعاون والعمل المشترك الذي يعزز الشراكات المعرفية وأشار المستغامي إلى أهمية زيارة جامعة الفارابي الوطنية في كازاخستان، والتعرف على مكتبتها وأقسامها المتنوعة، لا سيما "قسم الدراسات الشرقية"، والمعهد الدولي للدراسات اللغوية والثقافية، موضحاً أن تلك الزيارات واللقاءات تأتي في إطار مشروع الشراكة الثقافي والحضاري الذي يستند إلى الرؤية الحكيمة لصاحب السمو

•• الشراكة-الفرج: توجه وفد ثقافي أكاديمي من إمارة الشارقة إلى "جامعة الفارابي الوطنية" في كازاخستان، لبحث سبل التعاون الأكاديمي والثقافي المشترك بين "مجمع اللغة العربية في الشارقة" و"قسم الدراسات الشرقية" بالجامعة، وضم الوفد الدكتور امحمد صافي المستغامي، الأمين العام لمجمع اللغة العربية بالشارقة، والدكتور محمد كامل المعيني، رئيس مجلس إدارة المعهد الدولي للدراسات اللغوية والثقافية، واستقبله الدكتور جانسييت توينيباييف، رئيس الجامعة الفارابي الوطنية، وعدد من أعضاء هيئة التدريس والطلاب. دعم تعليم اللغة العربية في الجامعات والمراكز اللغوية في كازاخستان وجاءت الزيارة في إطار جهود المجمع الرامية لدعم تعليم اللغة العربية في الجامعات والمراكز اللغوية في كازاخستان، ودراسة إمكانية ترجمة المخطوطات وتبادل الخبرات التعليمية، بالإضافة إلى مناقشة خطط زيارات طلابية إلى الشارقة، للتعرف على الثقافة العربية والإماراتية، وجهود



منوعات

الفكر

27

على مدار ٣ مواسم، تمكّن مسلسل (للموت) من أن يتحوّل إلى حالة فنية خاصة، فهو ازداد تألقاً ونجاحاً من موسم إلى آخر ولم يفقد شيئاً من بريقه ووهجه.

وتؤكد بطلّة هذا العمل الممثلة ماغي بو غصن أن (للموت) مسلسل مكتمل العناصر، نصاً وإخراجاً وإنتاجاً وتمثيلاً وأنه لا يمكن لأي عمل أن ينجح لوجود شخص واحد فيه،

كاشفةً عن أن هذا النجاح سيثمر عنه موسم جديد على أن يُعرض بعد رمضان ٢٠٢٤ وموضحة أنها تتحصّر لعمل جديد خارج الشهر الفضيل اعتبرت أنه (سيكون مفاجأة كبيرة)، إضافة إلى آخر للعرض الرمضاني المقبل.

فخورة جداً به وبكل الذين شاركوا فيه

ماغي بو غصن: (للموت) مسلسلات مكتمل العناصر

• لا شك أنك شكلت ثنائية ناجحة مع دانييل رحمة، كما يلعب الانسجام على المستوى الشخصي دوراً في نجاح هذه الثنائية. متى يمكن أن تؤثر الثنائية المكررة سلباً على العمل؟
- لا شك أن الانسجام على المستوى الشخصي يعكس انسجاماً على الشاشة. والنجاح الذي حققته في هذا العمل يضيف لكثافتنا. ونحن كررنا هذه الثنائية بحكم أن العمل نفسه يتكرر لثلاثة مواسم، وبحكم أن شخصيتي سحر وريم هما بطلتا هذه القصة.

• هل ستحصرين نشاطك الفني بعمل رمضان سنوياً؟
- هناك مشروع قصير أحضّر له سيكون مفاجأة كبيرة، وهو يشكل تحدياً لي خارج رمضان وبعيداً عن مسلسل (للموت)، كما بدأنا التحضير لعمل رمضان مختلف، وأنا متحمسة جداً له.



نجاحه؟
- طبعاً، وكل عناصر هذا العمل كان لها دور في نجاحه. بدءاً من النص المحبوك والمشوّق والمختلف للكاتبين نادين جابر، وصولاً للإخراج المميز للمُبدع فيليب أسمر، كما للإنتاج السخي والشخصيات المتنوعة التي تعلقّ بها الناس وبالأحداث التي واجهتها وتفاعلو معها.

لا يمكن لعمل أن ينجح لوجود شخص واحد فيه. وإذا لم تتكامل العناصر كما حصل في (للموت)، لا يكتمل النجاح. ما الخطة السحرية والفريدة في مسلسل (للموت) التي تضمن استمراريتها، خصوصاً بعد الإعلان من موسم جديد منه؟

- (للموت) تجربة مختلفة في الدراما العربية كتركيبة، كما في التشويق والمناورة والتحدى الدائم لتوقعات المشاهد. فتأتي الأحداث لتفاجئ المشاهد وتعاكس توقعاتهم. بالنسبة إلى الأجزاء، لا مشكلة فيها أبداً، خصوصاً أننا اليوم نشاهد أهم الأعمال العالمية بمواسم كثيرة وتتابعها ونتنظرها بشغف، فلم تقبل ذلك هناك ونعترض عليه هنا؟ ما دامت القصة تتحمل جزءاً جديداً، فلا ضير في ذلك. وبالنسبة إلى مسلسل (للموت)، فقد ختمنا العمل بموسم ثالث ناجح، وقد يكون هناك موسم رابع قصير، يصوّر ويعرض بعد موسم رمضان 2024. لنتنظر ونرى.

• يمكن القول إن مسلسل (للموت) هو العمل الأكثر التصاقاً بك وماذا؟

- بصراحة في آخر زيارة لي للمملكة العربية السعودية، كل الناس سألوني وناقشوني في ثلاثة أعمال لي: (للموت)، (أولاد آدم) و(كاراميل). كل عمل قدّمته أضاف لي الكثير، ومسلسل (يا ريت) محطة فارقة في مسيرتي أيضاً، وكذلك (جوليا) و(بروفا) و(أوبيرج) و(آخر خبر) وغيرها.

• هل يمكن القول إن المنافسة على نجومية الصف الأول في لبنان تنحصر بك وبالمثلة نادين نجيم وما هو موقعها على المستوى العربي، وأي الفئات يمكن أن نضيف إلى القائمة؟

- المنافسة مطروحة بين الجميع. كل النجمات موجودات بقوة، ولكل واحدة تاريخها ونجاحاتها. لا أحب حضر النجاح باسمين وثلاثة أسماء فقط، ولا أحب تصنيفات الصف الأول والثاني. نادين نجيم ناجحة جداً ولها قاعدة جماهيرية واسعة، وأنا محظوظة بمحبة الناس وفخورة بما حققت. وورد الخال لها مكائنها أيضاً، ونادين الراسي كذلك، والجميع

• بعد انتشار الأعمال المشتركة في الأعوام الأخيرة وبعدما أثبتت قدرتها على المنافسة الشرسة، هل استطاعت التفوق على الدراما المصرية وهل يمكن مع الوقت أن تحل مكان الدراما المحلية لأي بلد، خصوصاً أن الأعمال السورية فرضت نفسها بقوة هذه السنة؟
- الدراما المصرية لها جمهورها الواسع والكبير في مصر وخارجها، وهي من أقدم الدراما وأعرقها ولا يمكن إنكار وجودها الأساسي ومنتاسها الشرسة في كل موسم. ولا شك أيضاً في أن الدراما المشتركة لها شعبية عربية واسعة جداً، واستطاعت أن تكون المناض الأول والأشهر للدراما المصرية. كل سنة تتصدر الأعمال المشتركة وتحظى بأعلى نسب مشاهدة ومتابعة وتفاعل، وهذا أثبتته التجارب وهو ما يجعل هذه الأعمال مطلوبة.

• تابع الملايين عبر العالم العربي مسلسل (للموت)، لكن هل يمكن القول إن المنافسة هذه السنة كانت أقوى بوجود عدد كبير من الإنتاجات المحلية الخاصة بكل دولة، بالإضافة إلى الأعمال المشتركة؟

- عند عرض (للموت) على مدار المواسم الثلاثة الماضية كان في وجهه عدد كبير من الأعمال العربية والخليجية والمصرية والسورية والمشاركة أيضاً. ومن هنا، فإن الوضع هذه السنة لم يختلف، وهذا أمر طبيعي ومطلوب للمنافسة. نجاح (للموت) بمواسمه الثلاثة فرض نفسه، وهذا العمل أصبح حالة جماهيرية نادرة الحصول في الدراما ما جعله محطة رابحة في الموسم الرمضاني. وأنا فخورة جداً به وبكل الذين شاركوا فيه.

• مع الوقت اعتاد الناس على شخصيات العمل وأصبحوا جزءاً من العائلة. فهل تعتقدين أن شخصيات مسلسل (للموت) هي أحد أسباب



بتوقيع بلال سرور وصابر كمال

كارمن سليمان تطرح أحدث أغانيها «أنت الأصيل»



طرحت المطربة كارمن سليمان أحدث أغانيها التي تحمل اسم "أنت الأصيل" على موقع الفيديوهات الشهير يوتيوب، وهي من كلمات الشاعر الغنائي صابر كمال، وألحان بلال سرور، وتوزيع أماديو، وميكس طاهر صالح، وماستر ماهر صلاح، وإنتاج زوجها الملحن والمطرب مصطفى جاد.

وتقول كلمات أغنية أنت الأصيل: "أنت الأصيل اللي فاضلي بعد أما صفصفت الهوجة وأنت الوحيد اللي فاهمني ودماغنا على نفس الموجة عندك جمال مهما بدور الدنيا ميفتش تجيبه وعليك حنان الله عليك حنان الله ينور شغل المعلم لحبيبه ومين يعلي عليك يا سيدي ده أنا لو كنت راسماك بايدي لا كنت أزود.. ولا أجود صدفتنا عملتلي سعادة فقلت أشوفك مرة كمان المرة فجأة بقت عادة والعادة هي قلبت إدمان أصل أنت من أول بضة سحر ك ميقالوش لأه دخلت قلبي واديك لسه دخلت قلبي واديك لسه عمال بتعلي وترتقي ومين يعلي عليك يا سيدي ده أنا لو كنت راسماك بايدي لا كنت أزود.. ولا أجود ميزان حياتي وتماهي عندك طب انت فكرك استغنى عنك لا عندي نية ولا امكانية.

كانت قد طرحت الفنانة كارمن سليمان أغنية "يا جمالك"، وذلك عبر فنانها الرسمية على "يوتيوب" وجميع المنصات الموسيقية، من كلمات وألحان عزيز الشافعي وتوزيع Issa and Assoud Novo، ومن إخراج Dashyoo أما الهندسية الصوتية فلماهر صلاح.

وظهرت كارمن سليمان في الكليب ب لوك جديد يتناسب مع شكل الأغنية وتوزيعها الموسيقي الشبابي ومختلف عما سبق وقدمته كارمن.

أغنية "يا جمالك" هي الأولى من مجموعة تطرحها كارمن سليمان واحدة تلو الأخرى. وكانت كارمن سليمان قد نشرت فيديو من الاستوديو أثناء تسجيل أغنية "يا جمالك"، لتكشف عن جزء منه.

(أرواح خفية) يعود إلى البلاتوه

بدأت التحضيرات لاستكمال المسلسل المصري (أرواح خفية)، مؤخرًا،

بعد توقف لفترة طويلة، بسبب الانشغال في تصوير دراما رمضان، وأعمال أخرى،

وفترة إجازات الأعياد والصيف.

وقالت مصادر في الشركة المنتجة إنه يتم

تجهيز بلاتوه التصوير، وأماكن التصوير

الخارجية، على أن يبدأ التصوير قريباً،

والعمل على الانتهاء سريعاً، وتحديد

موعد عرضه خلال فترة قريبة،

خصوصاً أنه كان تم الانتهاء من

تصوير عدد كبير من المشاهد.

يذكر أن مسلسل (أرواح خفية) من

بطولة سمية الخشاب، نهلة سلامة،

نضال الشافعي، منذر رياحنة،

فiras سعيد، نسمة محمود، عبير

منير، محمد عبدالجواد، أيمن

عزب، نهي رأفت، إكرامي جبر، وهو

ولاء سلام ومحمد طارق، وهو

من إنتاج محروس المصري، تأليف

سوسن عامر وإخراج إبرام نشأت.



الغضب

عالم نفس يكشف معنى الدموع وخطر قمعها عند الأطفال



أوضح عالم النفس الروسي فلاديمير شليابينيكوف، أن البكاء لدى الأطفال يرتبط بخصائص المزاج والجهاز العصبي والغدد الصماء، وأن قمع الدموع قد يهدد بمشاكل صحية خطيرة لدى الأطفال.

وقال شليابينيكوف: "البكاء هو إحساس طبيعي وعادي في حياة البشر، فلا يوجد إنسان لم يبك يوماً، لأن البكاء رد فسيولوجي".

ووضع شليابينيكوف، "من وجهة نظر العلماء، الدموع ظاهرة طبيعية وحتى مفيدة، بالنسبة للجسم، البكاء هو خروج طبيعي في المواقف العصبية، وقمع الدموع يمكن أن يكون خطيراً".

ويؤكد أن قمع الدموع يمكن أن يهدد الأولاد بمشاكل صحية خطيرة، وصعوبات في فهم مشاعر الآخرين وعدم القدرة على التعبير عن

مشاعرهم. وأشار شليابينيكوف أن: "البكاء يلعب أيضاً دوراً مهماً في التواصل بين الأشخاص، بفضل الدموع، نتفهم أن شخصاً آخر في مشكلة ويحتاج إلى مساعدتنا".

ووفقاً للطبيب النفسي، يحتاج الطفل الباكي إلى الدعم وتعليمه للتعامل مع الصعوبات: "من المهم أن تشرح للصبى أن الدموع تشير إلى المشاكل التي تحتاج لحل إما بنفسه، أو طلب المساعدة من أشخاص آخرين".

ويلاحظ الأخصائي أيضاً أنه في بعض الأحيان يتلاعب الأطفال بالبالغين بمساعدة البكاء من أجل الحصول على ما يريدون، وفي مثل هذه الحالات، من الأفضل تجاهل الدموع.

اختراق محتمل.. العلماء يعالجون التوحد لدى الفئران باستخدام عقار رخيص!

عالج عقار رخيص للصرع أعراضاً شبيهة بالتوحد لدى الفئران لأول مرة - فيما يمكن أن يكون اختراقاً.

وتمكن Lamotrigine، الاسم التجاري Lamictal، من كبح المشكلات السلوكية والاجتماعية المرتبطة بالاضطراب، الذي أصبح شائعاً بشكل متزايد في الولايات المتحدة.

ويُعتقد أن الدواء - الذي يكلف حوالي 3 دولارات لكل قرص (2.50 جنيه إسترليني) - يعمل عن طريق عكس التغييرات التي تطرأ على خلايا الدماغ الناتجة عن طفرة جينية.

وأظهرت الدراسات السابقة أن التوحد أكثر شيوعاً لدى الأشخاص الذين لديهم طفرات "توقف" الجين المعروف باسم MYTIL.

وقال المدد الرئيسي للدراسة، الدكتور موريتز مول، من معهد هيكتور لأبحاث الدماغ الانتقالية: "من الواضح أن العلاج بالعقاقير في مرحلة البلوغ يمكن أن يخفف من اختلال وظائف خلايا الدماغ، وبالتالي يقاوم التشوهات السلوكية النموذجية للتوحد. ومع ذلك، فإن النتائج لا تزال مقتصره على الدراسات التي أجريت على الفئران. لم يتم إجراء الدراسات السريرية على المرضى الذين يعانون من اضطرابات من طيف ASD. الدراسات السريرية الأولى في مرحلة التخطيط المبكرة".

ولا يزال العلماء غير متأكدين تماماً من سبب التوحد، على الرغم من أنهم يدركون أنه من المحتمل أن يكون مزيجاً من العوامل الوراثية وغير الجينية.

ويُعرف MYTIL بأنه بروتين مسؤول عن حماية الهوية الجزيئية للخلايا العصبية، ويقرر الجينات النشطة في الخلايا وأنها ليست كذلك. وأشارت الأبحاث السابقة إلى أن العوامل التي تؤثر على البرنامج الجيني للخلايا العصبية قد تكون متورطة في تطور التوحد.

وفي أحدث دراسة، قام الباحثون بإيقاف تشغيل MYTIL في الفئران والخلايا العصبية البشرية في المختبر.

ووجدوا أن الفئران التي تفتقر إلى البروتين تعاني من تشوهات دماغية، بما في ذلك قشرة دماغية أرق.

وأظهرت الفئران أيضاً علامات متعددة على التوحد بما في ذلك العجز الاجتماعي وفرط النشاط.

وعند استخدامه لعلاج الصرع، يعمل Lamotrigine عن طريق منع قنوات الصوديوم في الجسم - ما يمنع إفراز الناقل العصبي الذي قد يتسبب في حدوث نوبات. وتم وصف الدواء لما يقرب من مليوني شخص في الولايات المتحدة في عام 2020.

وفي التوحد، يُعتقد أن الدواء يسد قنوات الصوديوم جزئياً، ما يسمح بمرور الكمية المناسبة من الصوديوم.

ويمكن تطبيق نتائج الدراسة فقط على الفئران، ما يعني أن الدواء لن يعمل بالضرورة بنفس الطريقة عند البشر من أجل التوحد.



الممثلة مينج نا وين لدى حضورها العرض الليلي الافتتاحي للمسرحية الموسيقية «مشتبات الشعر» في لوس أنجلوس. (ا ف ب)

قرأت لك

البابونج



يتميز البابونج بخصائص عجيبة تهدئة المعدة فضلاً عن نطاق واسع من الاستخدامات التي ثبتت فعاليتها عبر أجيال طويلة. ويساعد أيضاً على التخلص من عثر الهضم ومشكلات ما قبل الدورة الشهرية، كما يخلصك من الشعور بالغثاس والتهابات الأمعاء.

وتظهر الدراسات أن هذه الزهرة الجميلة تحتوي على مواد مضادة للتشنجات والالتهابات كما يستفاد منها في علاج الأمعاء والمعدة وتشنجات الدورة الشهرية. ويعد البابونج علاجاً عجيبياً لأوجاع الرأس ويشرب عادة بدلاً من الشاي.

ويستفاد من البابونج في حالات التشنجات المصاحبة للدورة الشهرية وعسر الهضم والإجهاد العام.

لكن ينصح بتجنب تناول البابونج في حالة الحساسية نحو ورود الأقحوان وزهرة الراجويد وأيضاً إذا كنت تتناولين الوارفارين (مميع للدم).

تقول أدبيات الطب الصيني الشعبي وعلوم العلاج بالزيوت العطرية أن البابونج يقي العين ولكن في واقع الأمر لا تتوفر أية أبحاث علمية تجزم بذلك.

سؤال وجواب

- أي المدن كانت عاصمة الدولة العباسية؟ بغداد.
- ما أول دولة شرعت بالألعاب الأولمبية؟ اليونان.
- كم بوصة توجد في الياحدة الواحدة؟ 36 بوصة.
- ما هي أكبر الجزر الآسيوية؟ جزيرة بورنيو.
- ما هو أكبر المحيطات بالعالم؟ المحيط الهادي.

هل تعلم؟

- هل تعلم أن السلحفاة والذبابية والأفعى لا تمتلك حاسة السمع
- هل تعلم أن أقوى عضلة في جسم الإنسان هي عضلة الفك
- هل تعلم أن الجسم يتحمل حرارة حتى 128 درجة مئوية
- هل تعلم أن الأذن اليسرى أضعف سمعاً من الأذن اليمنى
- هل تعلم أن فيتامين أ الموجود في زيت السمك وزيت كبد الحوت وصفار البيض والزبدة والقشدة والخضروات الصفراء طويلة الأوراق والجزر والكمثرى لازم لنمو الطفل ونقصه يعوق عملية النمو والافراط في تناوله يسبب ضغطاً متزايداً في الدماغ ودوار وصداع وتساقل الشعر ويشقق الجلد والشفاه ويغير في تكوين العظام ويؤلم المفاصل
- هل تعلم أن الافراط في أخذ بعض أنواع الفيتامينات يؤدي الى التسمم
- هل تعلم أن الفيل يبكي عندما يكون حزين
- هل تعلم أن الحصان يموت اذا قطع ذيله
- هل تعلم أن السلحفاة هي الحيوان التي يحفظ عظمه في لحمه
- هل تعلم أن الدلفين يغلق عين واحدة عندما ينام

قصة الأسد وشبله المفقود

ارتعد الثعلب وهو يسمع زئير الأسود فقد كان عالياً جداً وايضاً غاضباً جداً .. نأس نفسه يا ترى ماذا حدث ماني اسمع الأسود تزار وهي غاضبة سأذهب لأعرف فأن لا استطيع ان اجلس وانتظر.

ذهب الثعلب إلى عرين الأسود وهو يحاول معرفة الأخبار وحين وصل وجد امامه الأسد الكبير وهو صديقاً له فسأله بقلق: ماني اراكم تزارون هل حدث شيئاً؟ فقال الأسد اختفى شيلي الصغير .. لا تقف امامي هكذا اذهب وابحث عنه.. اذهب وألا قتلتك، يجب ان تبحث الغاية كلها عن ابني.

جرى الثعلب من امام الأسد واخذ يصرخ وهو في الطريق عن الشبل الصغير الضائع وكلما تقابل مع احد الحيوانات سأل هل وجدتموه ولكن الجميع كانوا يجيبون بالنفي والغاية كلها منشغلة بالبحث عن الشبل الصغير.. لم تترك الحيوانات مكاناً الا وبحثت فيه فوق الأشجار وتحتها.. بين الشجيرات ووسط المياه الضحلة، من اطراف الغابة لأطرافها ومن شرقها إلى غربها ولكن دون فائدة واجتمع الجميع حول الأسد يقولون ربما وقع في يد صياد! فصرخ الصقر وقال: لا لم يأت إلى غابتنا صيادون اليوم ولا حتى امس.. فقال القرد ربما سقط في النهر فرد التمساح وقال لا.. اشرف على النهر بنفسي لم يسقط فيه أي حيوان اليوم. فصرخ الأسد وقال حسناً هل تبخر ابني في الهواء ايها المغفلون.. صمت الجميع ربما خوفاً منه وربما احتراماً لدموع الأم المنكوبة.. ووسط هذا الصمت المطبق جاء الشبل الصغير ووقف وسط الزحام وهو يقول ماذا حدث لماذا تبكون اندهش الجميع وتعجبوا ثم نظروا إلى الأسد وهم يكتفون ضحكاتهم خوفاً من الأسد الذي برزت عيناه وهو ينظر إلى شبله الذي كان يبكيه منذ لحظات.. صرخ فيه اين كنت ايها الشقي؟ فقال: كنت انام في التجويف اعلى الشجرة من الخلف، كم كان النوم فيه دافئاً ومريحاً ومارزلت احس برغبتي في النوم مرة اخرى.. انسحب الشبل يهدوء والتف خلف الشجرة فتسلق فروعها ودخل في تجويف عميق ليستكمل نومه تاركاً امه واباه والحيوانات كلها تضحك وتضحك حيث صرخ الثعلب وقال كان ينام فوق رأس ابيه وهو لا يحس بذلك، يا له من غبي.. أه كم هو غبي .. ولم يقل كلمته الثالثة فقد لطمه الأسد لطمه قوية فقتله في الحال فقد ظن ان الأسد يقصد هو بالغباء ولا يقصد ابنه وعندما عاتبته زوجته قال: هذا الشبل من ظهر ذاك الأسد.. ولا يصح ان يوصف بالغباء ابداً.. فهل دفع الثعلب حياته ثمناً لغبائه ام غباء الأسود؟

مساحة للتلوين

